



# 令和8年度 北広島市 産後ケア事業の ご案内



出産後は、赤ちゃんが生まれてうれしい反面、ママの体調は不安定。そのうえ慣れない授乳や赤ちゃんのお世話で疲れてしまうことも…。

そんなときは、からだところを休めながら、育児や授乳のアドバイスが受けられる『産後ケア』がおすすめです。

産後のママが安心して子育てできるよう応援します。

## 利用できる方

宿泊型と日帰り型は産後6か月未満のママとお子さん

訪問型は産後1年未満のママとお子さん



## 産後ケアの内容

- ママのからだやこころのケア
- 授乳や寝かしつけなど育児のアドバイス
- 赤ちゃんの発育や発達の相談
- おいしい食事と休息時間の提供

## プランご紹介

プラン	宿泊型		日帰り型		訪問型	
時間(例)	朝 11 時～翌朝 10 時		朝 11 時～15 時		60～120 分	
食事	1泊2日で3食付		昼食付		なし	
料金*	一般世帯	5,000 円	一般世帯	1,500 円	一般世帯	800 円
	市民税非課税 生活保護世帯	1,000 円	市民税非課税 生活保護世帯	500 円	市民税非課税 生活保護世帯	300 円
利用回数	7回まで ※宿泊型は、1泊2日で1回とカウントします。 宿泊型と日帰り型、訪問型を合わせて7回まで利用できます。					



\*ふたごなど多胎の場合も料金は同じです。

\*利用の変更または中止は、利用開始日の2営業日前の正午までに、予約した助産所に直接連絡をしてください。これ以降は、キャンセル料がかかります。

## 利用のイメージ

《宿泊型（1泊2日の例）》

11:00	12:00	14:00	18:00	19:00	21:00	7:00	10:00
助産院へ 利用説明など	昼食・休息	ママのケア 育児相談など	夕食	入浴・ 沐浴など	就寝	朝食	帰宅

《日帰り型》

11:00	12:00	13:30	15:00
助産院へ 利用説明など	昼食・休息	ママのケア 育児相談など	帰宅

○持ち物○  
母子健康手帳・保険証・必要な母  
子の衣類・洗面用具など  
※詳細は、助産所から連絡があり  
ます

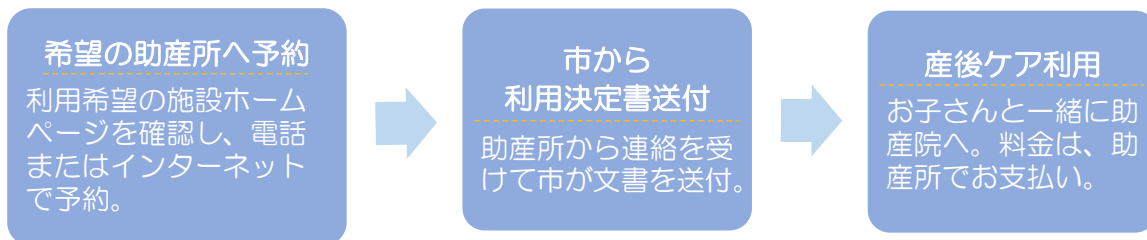
《訪問型（例：120分）》

13:30	15:30
助産師 到着	利用説明 など
ママのケア 育児相談など	終了

ちょっとした困りごと、不安など、  
ひとりで悩まずご相談ください。



## 利用方法



## 利用できる助産所

※各実施施設はホームページがありますのでご確認ください。

実施施設	種類			住所	電話
	宿泊	日帰り	訪問		
産後ケアハウス さんさん助産院	○	○	○	札幌市清田区清田 1 条 4 丁目 3-60	090-3066-3533
助産院 Hug ねっと	○	○	○	江別市文京台 14-34	080-6080-1103
つるべ助産院	○	○		札幌市白石区北郷 3 条 2 丁目 13-8	011-376-1913
てまり助産院		○	○	北広島市西の里北 3 丁目 5-1	080-1872-8577
助産院 KOKOROMUSUBI	○	○		札幌市厚別区厚別東 4 条 5 丁目 9-21	090-6442-4188
のっぽろ tsumugi 助産院		○	○	江別市野幌東町 40-17	090-8634-2382
助産院 MOMME (もんめ)		○		札幌市白石区本郷通 13 丁目南 1-1 小林ビル 2F	090-8157-7513

\*利用したい日の 5 営業日前までに予約してください。

\*感染症や心身に病気があるなど、医療が必要な場合は利用できません。